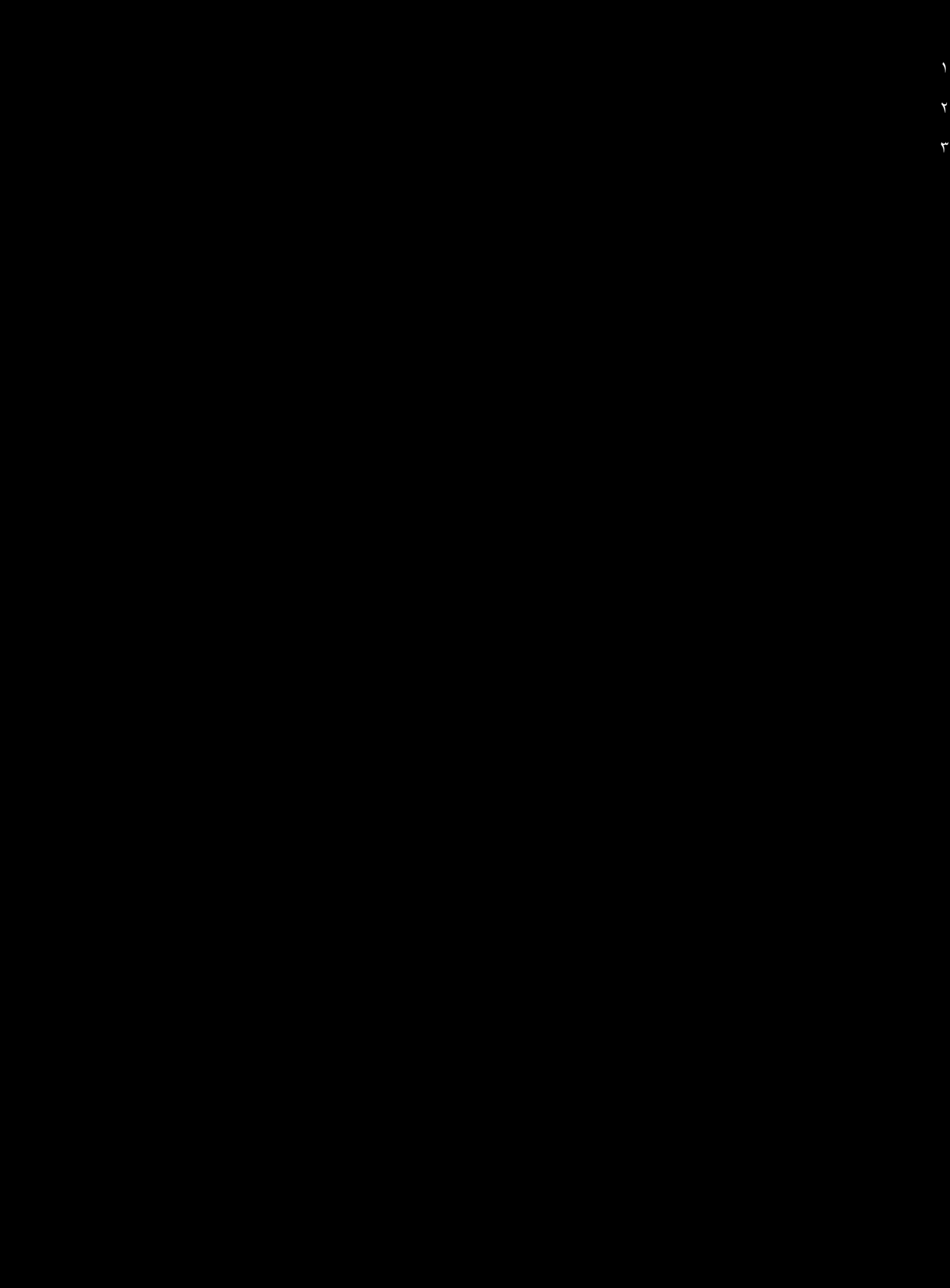
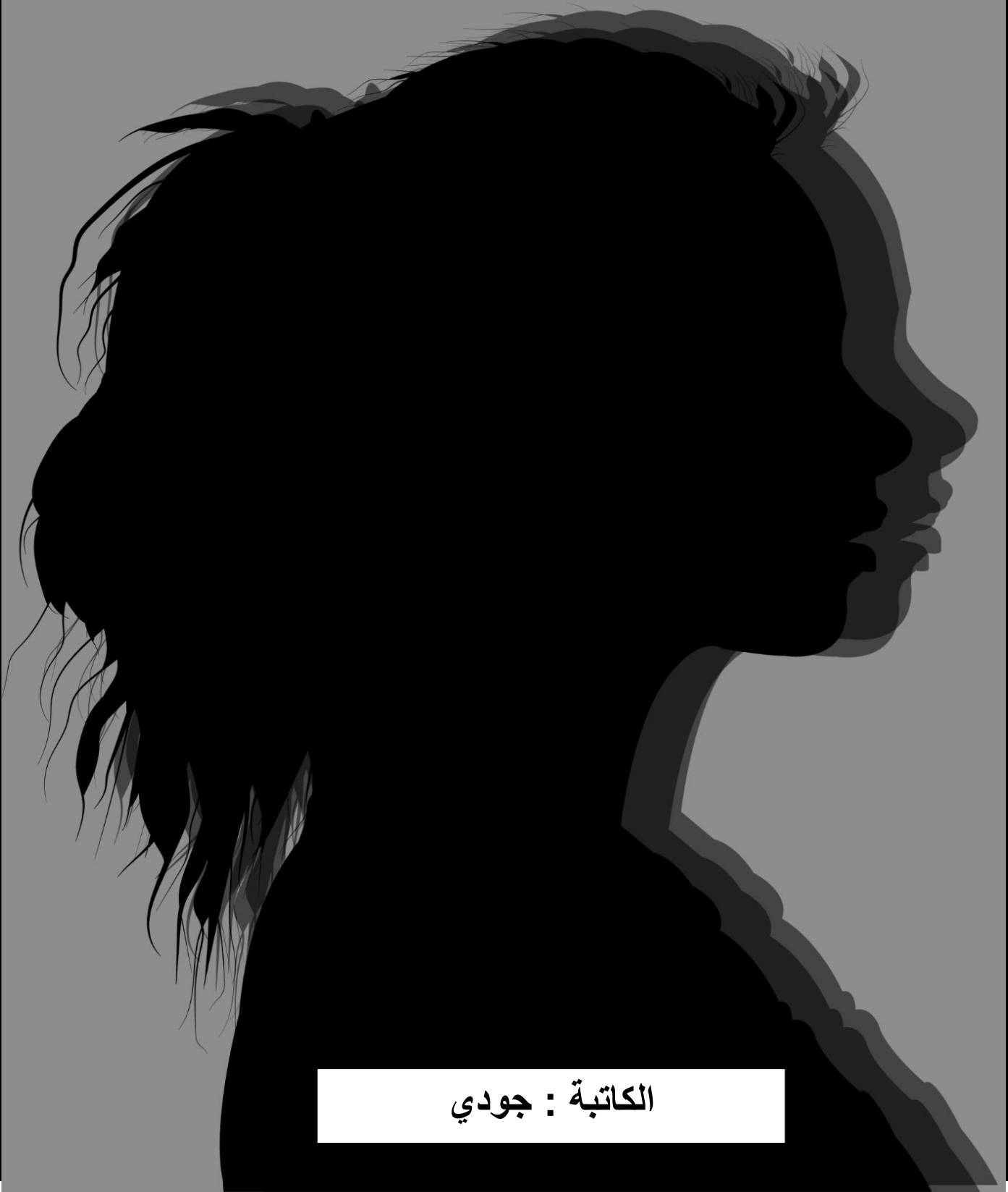




# من انا ؟



الكاتبة : جودي

# الفهرس

- من انا ..... (٥) ٧
- الخوف..... (٦) ٨
- التتمر..... (٧) ٩
- الله..... (٨) ١
- في المنتصف..... (٩) ١
- سنلتقي..... (١١) ١
- فرصة الحياة..... (١٢) ١
- قبول..... (١٣) ١

الأهداء

الى نفسي التي اختارها الله ان تكون انا .

## من انا ؟

لطالما كان هذا السؤال يراودني كثيرا من اكون انا هل انا فقط الشخص الذي انا  
عليه ام ثمة خفايا خلف هذا الجسد وتلك الملامح ؟ في كثير من الاحيان احاول  
معرفة نفسي عن طريق ممارسة الاشياء التي احبها لأنني سمعت اذا اردت التعرف  
على نفسك فيجب عليك ان تعرف ماذا تحب وماذا تكره ف عملت جاهدة لمعرفة  
ماهي الاشياء التي تثير فضولي والتي تجعلني اشعر بالسعادة عند القيام بها فوجدت  
بعض الهوايات التي احب ان افعلها دون ان يأتي الملل , لكن لم تجدي هذه الطريقة  
نفعا فبعد فترة ادركت انني لا احب القيام بالاشياء التي كنت احبها ! لكن ماذا ! هل  
علي الاستسلام في معرفة من انا حقا ؟ ف بدأت رحلة اكتشاف الذات وهي كانت  
رحلة متعبة لان عليك انت تبحث عن نفسك بنفسك . لذلك لا تيأس يعزيني القارئ  
فجمعينا نمر بهذه المرحلة حتى نصل الى نسختنا التي يجب الوقوف عندها  
وتطويرها . معرفة رسالتك التي خلقت لا جلها وانك جزء من هذا الكون العميق كما  
قال الامام علي (ع) وتظن انك جرم كبير وبك انطوى العالم الاكبر , ف الحياة وانت  
رحلة طويلة وممتعة ف اتمنى ان تستمتع وانت في هذه الرحلة العميقة يا صديقي  
ولا تنسى ابدا انني الى جانبك دائما .

## الخوف

قد تقول في نفسك لماذا وضعت هذا العنوان لكن صدقني يا عزيزي القارئ عانيت كثيرا من الخوف وانا اعاني الى هذه اللحظة هل تعلم ان رحلة اكتشاف الذات مثل السلسلة التي عليك ان تقوم بتشكيلها قطعة قطعة الى حين اكتمال السلسلة ف هكذا انا كان يجب علي ان امر بجميع الاشياء التي كنت امر بها , الخوف يا صديقي كان يلزمي انا اعاني منه كثيرا انا شخص يخاف كثيرا لدرجة اعتدت عليه , اعتقد انك تمتلك مخاوف من اشياء معينة لكن انا دائما خائفة لدرجة ان صوت اي شيء باستطاعته يجعل قلبي يخفق بسرعة عالية , لا اعلم ما هو مصدر هذا الخوف وماذا حدث لي ليبقى هذا الشعور يلزمي دائما , هل سوف يأتي اليوم ويغادرني هذا الخوف الدائم ؟ انا اعلم ان شعور الخوف هو في تكويننا كإنسان لكن صدقني يا عزيزي القارئ المشكلة تكمن في انك تعيش طوال حياتك وانت غير مطمئن لطالما كنت اتمنى ان اكون دائما مطمئنة .

## التنمر

عن ماذا يدل مصطلح تنمر هل تساءلت يوما ماذا تعني كلمة تنمر ولماذا تشكلت بهذه الحروف عرف الداعية الإسلامي رمضان عبدالرازق «التنمر» بأنه السخرية والاستهزاء والاحتقار من أي شخص، وأرجع السبب وراء تسميته بهذا الاسم بأن عند قيامه بهذا الفعل واحتقاره لغيره خرج من إنسانيته وصار كحيوان النمر لذلك سمي «تنمر» وهو فعل لا يجوز شرعا .

من منا يا صديقي لم يتعرض للتنمر فأنا قد عانيت كثيرا منه حتى من اقرب الناس لي وهم عائلتي فقد كنت اخشى التجمعات لأنه كنت مدركه انه سوف يطلقون عليه بعض كلمات السخرية على (لون بشرتي او انفي) كنت اخاف ان اجلس امام اشخاص يتحدثون عن معايير جمال لا امتلكها فقد كنت اشعر حينها انهم سوف ينظرون الي ويسخرون من الملامح التي لدي وعندما ينتهي الحديث عن الجمال اشعر انه استقر قلبي وانتهى الحديث عن الموضوع الاكثر كرها الي , عندما بقيت اكبر اكثر فأكثر كان يلزمي شعور انني احتاج الى ما يدعى الجمال , ويجب عليه ان اغير ما يلزم تغييره في شكلي لكن عندما كنت في احدى المناسبات وهذا الحدث قد غير تفكيري بالكامل عن نظرتي لنفسي , رأيت حدث اعاد لي فاطمة التي كانت تجلس بين مجموعة من الاشخاص وتكون خائفة لانهم اطلقوا عليها بعض الصفات فقط لانهم لم تعجبهم ملامحها ف عندما اقتربت اكثر رأيت تماما كما مررت به فتاة في متوسط عمرها جالسة وحولها اشخاص يسخرون عليها وهي جالسة ويدها واحدة فوق الاخرى لا تستطيع ان تتكلم ولا تنطق اي كلمة فعندما نظرت اليها تذكرت نفسي عندها ادركت ان الموضوع ليس فقط ان نقوم ببعض التعديلات على ملامحنا فقط لكي نرضى اطراف مرضى نفسيين, هو امر يجب عليك معالجته داخليا وذلك بتقبل ما انت عليه انت صنع الله والله لا يصنع الا الجميل فنحن خلفاء الله في الارض ف لدينا رسالة افضل بما يدعى المعايير التي يقوم عليها المجتمع ف انا شخصا خلقه الله لرسالة وانسان ذات فكر وليس اداة يجب على المجتمع تقييمها هل تدركون يا اعزائي ان الاشخاص الذين يتنمرون هم اشخاص تعرضوا للتنمر من قبل ولم يستطيعوا ايقافهم ف التنمر سلسلة متنقلة من اشخاص الى اشخاص اخرين يجب على احدهم قطع هذه السلسلة وانهاؤها

## الحب

ماذا يعني الحب في مفهومنا ومن خلال ممارستنا للحب ؟

هل يعني انك تفتقد شخصا معيناً ؟ أم يعني انك عندما تراه تتغير حالتك من والى ؟ لا أعلم فالحب شعور ودقات نبض الحب انك تتقبل هذا الشخص بكل الاشياء التي كنت انت لا تتقبلها في احد غيره فيكون هو فقط الشخص المسموح له بتقبلك على ما هو عليه دون تغير لا أعلم كيف عسى الانسان ان يتقبل شخص بعيوب لن يستطيع تقبلها بغيره ف اعتذر اليك ايها القارئ هذا هو مفهومي للحب وانا متأكدة بأن للحب بواطن كثيرة تثبتها لك المواقف وعندما تظنه بان نورك في ظلامك واطمئنانك في خوفك فيكون هو تلك الحضنة الحنونة التي تعيد ترميم نفسك من خلالها لا أعلم كيف يستطيع الانسان وصف شعور الحب وكيف عسانا ان نحب ونأتمن على حب شخص ليس لنا هل تعرف عزيزي القارئ الكثير منا قد وقع بحب شخص ليس له ولذلك يكمن باعتقادنا انه الشخص المكتوب لك فتتخيله في كل يومك وهو لا يغادر ذهنك لكنه غير موجود فعليا , لكن علينا ملاحظة عندما نحب يجب ان يكون الحب في الله لان القلب اذا تعلق بغير الله يضمحل يجب علينا ان يكون الحب في الله والله حتى يستمر ويبارك الله في حبا , وعندما تحب فإنك لا تفارق محبوبك حتى وان كان بعيدا عنك فالمحبوبان يعيش احدهما في الآخر وكما قال جلال الدين الرومي ( ما لا يأتي من إرادة القلب، أنت لا تحتاج إليه. الحب ليس تعويضا عن النقص، الحب هو شبع الروح. عندما شعرت بالحب لأول مرة بدأت البحث عنك كنت أعمى ولم أكن أعلم أن الحبيبين لا يلتقيان لأن أحدهما يعيش دائما في الآخر). فالحب شعور يربط بين اثنين لا يعرف احدهما الآخر فقط عندما التقيا التقت الارواح دون علم الاجساد فبعثت تلك الارواح موعدا للجسد على لقائهما , ليبارك الله في حبكما حب عائلتنا حب اصدقائنا وحب الحبيب .

## الله

الله عندما تذكر اسمه ماذا يحدث في داخلك هل ان قلبك يستقر هل تشعر انك الان قد وضعت الرحال واسكنت انفاسك المتسارعة واطمئنت تلك المخاوف التي بداخلك ,الله هو المسكن لقلبنا هو الذي يسمعنا ويرانا دون مثل هو الذي قادر على اعطائنا دون مقابل ومن منا لم يجلس بين يدي الله ويتجرد من نفسه ويكون ضعيفا مكسورا امامه لأنك تعلم انه الامان الوحيد حين تظهر امامه ضعفك ف انت غير مجبر على تبرير انك متعب ولا تستطيع ان تكمل الطريق تخبرك بما عندك دون انقطاع وتغفو وانت بين يدي الله وتشعر ان احدهم قد مسح على قلبك وازاح كل ما يثقلك ف تصبح حرا خفيفا كن على يقين عندما تطلب من الله يجب عليك ان تعلم هو الوحيد الذي يقدر على تغيير حالك وسماع صوتك وشفائك وراحة قلبك فجميعنا يا صديقي نطلب ونرجو من الله لأننا نعلم عنده ما نطلب وما نريد ف لا تخجل عندما تطلب من الله ليس لدينا غيره في الدنيا ف نحن خلقه ونعود اليه ف اطلب من الله ان يحقق جميع احلامكم وان تكونوا سعداء في حياتكم.

## في المنتصف

ها انا الان في المنتصف بيني وبين العالم حاجز كبير لا استطيع اجتيازه , كيف لي  
اختراق كل ما يحتويه الحاجز ف انا لذي قلبا رقيق لا يقوى على تحمل كل تلك  
الاشياء , ان تكون انت في طريق ليس طريقك ان تكون مع اشخاص لا يشبهونك  
ان تعيش حياة لاتريدها ان تسلك طرقا غير مرعزبه وانت تنظر على الاشياء التي  
تريدها والتي تحب ان تفعلها لكنك غير قادر ليس كما يقولون في اليد حيله عليك  
دائما ان تخوض معارك ليس لك , علينا ان نحارب حتى نصل ف لتلك التجارب غير  
المرغوبة دروسا لم تكن لتتعلمها لو كان الطريق طريقك كل ما عليك فعله هو ان  
تصبر على تلك الطرق الوعره لتصل طريقك فعندما تتذوق مرارة الشيء تستطعم  
بحلاوته واياك ان تعيش نصفاف لا تكن نصفاف عليك دائما ان تعرف متى عليك ان  
تستمرر ومتى تتوقف حتى لاتضيع علينا فرص الحياة وكن ممتنا في رحلتك وسعيدا  
فالحياة دروس وعبر واختبار سنجتازها ذات يوم اتمنى ان تكون رحلتك ممتعه  
ياصديقي دمت في حفظ الله ورعايته.

سنلتقي

ع ع ح ن

(على عهدنا حتى نلتقي)

كيف لقلبي الحزين ان يفهم كل تلك المشاعر دفعة واحدة فالجميع هنا غارق في  
اللاشعور , شعورا حيث لاشعور .

اتعلم يا عزيزي القارئ لا استطيع تصديق انني اخترت لنفسي ان اكون سجيناً بدل  
ان اكون حراً كيف لي ان اكون بكل تلك المشاعر المتناثرة ف انا يا عزيزي الى الان  
اعاني من قراراتي التي اتخذها بخصوص مصيري وجميعها يا عزيزي قرارات  
مصيرية لا اعلم كيف استطيع انهاءها لذلك يجب علي مجارات ايامي واختياراتي ,  
قد تظن من العنوان يا عزيزي القارئ انه لقاء حبيب لا ف انا هنا يا صديقي اقصد  
لقاءي مع نفسي مع احلامي مع الاشياء التي اريد تحقيقها ف انا سئمت من مجارة  
الايام دون معرفة الخريطة التي تجعلني اغادر كل هذا اريد ان بخفة الفراشة ولدي  
جناحان لا يربكني شيء فقط انا وما اريد حيث الاشخاص الذين اريد ان اعيش معهم  
والمكان الذي اريد ان اسكن فيه والعمل الذي اود العمل فيه لكن عندما يتحقق كل ما  
اريد عندها يا عزيزي ستفقد رغبة العيش لان لديك ما تريد ونحن مبرمجون على  
عدم قبول الاشياء المتكررة فالحياة هي طرق يجب عليك ان تسلكها وتشعر  
بالحماسة عند ادراك انك ستصل هذه هي الحياة رغبة الاستكشاف وحب للمغامرة  
ف من منا لا يريد ذلك لكن عندما يكون لدينا كل شيء اين المتعة في الحياه تذهب  
متعة الحياة عند امتلاكنا ما نريد فالحياة كون فسيح جميل وعظيم عليك دائما  
اكتشاف ما هو جديد في هذا الكون الذي سخر الله لك ولا تفكر في امور زائلة فالحياة  
عالم كبير وغامض ومدهش اتمنى لك رحلة جميلة وممتعة في رحابها .

## فرصة الحياة

عليك تقبل حقيقة بعض الأشخاص يزورون حياتنا ليرون الجانب الآخر منا  
الذي قد نسيناه ولم ندرك وجوده يوما في حياتنا ها نحن الان نعاني من  
حقيقة معرفتنا لجانبنا الآخر الذي نسينا انه موجود حقا فينا لكن تعلم شيئا  
عزيزي القارئ لولا الاختلاف لما عرف احدنا الآخر لولا اختلاف اشكالنا  
واجسادنا وشخصياتنا لم ندرك عظمة الله سبحانه وتعالى في خلقه عليك  
تقبل انك تمر بعض الاحيان بحقائق انت لم تدركها يوما لكنك بوقت ما  
ادركتها تقبل فكرة القبول والرفض والحب والاعجاب والضحك والبكاء  
الحزن والفرح وما لا يقال انت صنع الله ف وكما قال الامام علي ع الانسان  
بناء الله كفى الذي خلقك هو الذي عرف ما يناسبك وما لا يناسبك ف توكل  
على الله وامضي يا صاحبي نحن هنا في مكان سنغادره يوما فالتكن ضيفا  
خفيفا , فالحياة الصديقي فرص تأتيك تلك الفرص متلبسة لاتعرفها ف كن  
على استعداد فالفرص في الحياة دروس ستتعلمها عند انتهاء الفرص  
فالحياة والناس غير واضحين فالغموض هو العامل الاساسي في بنائهم ف  
اتمنى لك فرص حياة جميلة ودروس خفيفة على قلبك الطيب .

## قبول

إذا اردت البكاء ف ابكي اذا اردت ان تضحك فافعل كل مايدور في راسك يا صديقي  
افعله اعطي لمشاعرك حقها في ان تتقبل كل الاحداث التي تحدث لها وبعدها اجعل  
كل تلك المشاعر تغادر لانك استقبلتها وجلست معها لذلك دائما على الضيف ان  
يرحل قد حان لمشاعرك ان تغادر تعلم ايضا لايجب على الضيف ان يتأخر ف هناك  
دائما وقتا للزيارة , ففكرة قبول كل شيء على ما هو عليه ستجعلك انسان يعيش في  
رضا تام وما احلى ان تعيش في رضا على كل شيء يحصل معك

فالقبول يا صديقي راحة تامة انك تتقبل الشيء وانت لست بحاجة تغييره وخصوصا  
نحن نعيش في هذا العالم مزيف فرض علينا ان نغير كل شيء بدل من ان نتقبله  
فالجميع هنا بات عليه ان يغير من نفسه او من مسكنه او من ممتلكاته فقط من اجل  
ان يعجبوا به اشخاص لا يعرفهم ولا يعرفونه فترى الشخص وضع نفسه في عالم  
مزيف لا يشبه تمام ونسي نفسه تماما وعندما تدخل في ذلك العالم فإنك لن تتقبل كل  
شيء حقيقي عليك دائما تزييف ما هو حقيقي , يا عزيزي صدقتي سأعطيك سرا  
انت جميل بما انت عليه لن تحتاج الى تغيير نفسك او ملامحك ف انت جميل بما انت  
عليه.

♥ شكر

شكرا لك يا عزيزي القارئ لأنك وصلت الى نهاية الكتاب اتمنى ان يكون ممتعا .

جودي

